C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

臺南市公立安定區安定國民小學一一五學年度第一學期三、五、六年級彈性學習 生活管理 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級 (班級組別)	三、五、六年級	教學節數	本學期共(21)節
彈性學習課程 四類規範	**3.■特殊需求領域課程** 身障類: ■生活管理□社會技巧□學習策略□職業教育□溝通訓練□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用 資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立研究 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程 **4.□其他類課程** □本土語文/新住民語文□服務學習□戶外教育□班際或校際交流□自治活動□班級輔導□學生自主學習□領域補救教學				
設計理念	從學生的實際需求出發，教導日常必備的生活技能，著重培養學生的自我照顧與個人衛生習慣外，也同步提升他們的家事處理能力，幫助學生學會獨立生活。				
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。				
課程目標	1.能辨識食品保存期限，並記錄與檢視個人的飲食習慣。 2.能正確使用清掃工具，獨立完成個人座位的整理與清掃。 3.能認識社區公共資源，並遵守公共場所的行為與禮儀。				
配合融入之領域或議題	□國語文 □英語文 □英語文融入參考指引 □本土語 □數學 □社會 □自然科學 □藝術 ■綜合活動 ■健康與體育 □生活課程 □科技 □科技融入參考指引				□性別平等教育 □人權教育 □環境教育 □海洋教育 ■品德教育 ■生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 □安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □多元文化教育 □生涯規劃教育 ■家庭教育 □原住民教育□戶外教育 □國際教育
表現任務	實作評量 觀察評量 口語評量				

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材 或學習單

第一週至第七週	7	培養良好飲食習慣	特生 1-sP-5 選擇乾淨新鮮且於保存期限內的食物。 特生 1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣。	特生 A-sP-5 食物的處理。 特生 A-sP-6 飲食的衛生習慣。	1.能分辨食物新鮮度與保存期限。 2.能自我紀錄並檢視飲食習慣。	1.於活動中辨識食品包裝的有效日期與觀察變質食物。 2.觀看正確洗清潔食物的圖片、影片並進行實作。 3.練習記錄每日蔬果攝取與飲水量，自我檢視飲食習慣。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材
第八週至第十四週	7	我會維持環境整潔	特生 2-sP-6 維持個人物品與環境的整齊清潔。 特生 2-sP-7 正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收	特生 F-sP-1 環境衛生的觀念。 特生 F-sP-2 清潔用品的認識與使用。 特生 F-sP-3 清掃工作的技能	1.能辨識清掃工具與清潔用品。 2.能完成個人座位與環境清掃。	1.觀看各式環境清潔用品與清掃工具的圖片、影片並認識其用途。 2.於活動中練習整理個人書包、抽屜，並實作擦拭桌面與掃地技能。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材
第十五週至第二十一週	7	認識社區	特生 3-sP-2 認識社區環境與資源。	特生 K-sP-2 社區環境與資源的認識。	1.能辨識社區常見的建築物與場所。 2.能認識社區各類公共資源的功能。 3.能遵守進出社區公共場所的禮儀。	1.觀看社區常見場所與建築物的圖片、影片並認識其名稱。 2.於活動中利用社區地圖，找出各個公共資源的功能。 3.練習模擬進出不同社區場所時（如圖書館、公園）的正確行為與禮儀。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。

C6-1 彈性學習課程計畫(其他類)

臺南市公立安定區安定國民小學一一五學年度第二學期三、五、六年級彈性學習 生活管理 課程計畫(□普通班/□藝才班/□體育班/■特教班)

學習主題名稱	生活管理	實施年級(班級組別)	三、五、六年級	教學節數	本學期共(21)節
彈性學習課程四類規範	3.■特殊需求領域課程 身障類: ■生活管理□社會技巧□學習策略□職業教育□溝通訓練□點字□定向行動□功能性動作訓練□輔助科技運用 資優類:□創造力□領導才能□情意發展□獨立研究 其他類:□藝術才能班及體育班專門課程 4.□其他類課程 □本土語文/新住民語文□服務學習□戶外教育□班際或校際交流□自治活動□班級輔導□學生自主學習□領域補救教學				
設計理念	從學生的實際需求出發，培養自我照顧、衛生習慣與家事技能，並融入青春期身心調適與健康管理教育，以提升學生的獨立生活適應能力				
本教育階段總綱核心素養或校訂素養	E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 E-A2 具備探索問題的思考能力，並透過體驗與實踐處理日常生活問題。 E-A3 具備擬定計畫與實作的能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。				
課程目標	1.能表達身體不適症狀與基礎的疾病預防。 2.能獨立完成個人衣物的摺疊、分類與收納。 3.能覺察青春期的身心變化並能調適情緒。				
配合融入之領域或議題	□國語文 □英語文 □英語文融入參考指引 □本土語 □數學 □社會 □自然科學 □藝術 ■綜合活動 ■健康與體育 □生活課程 □科技 □科技融入參考指引			□性別平等教育 □人權教育 □環境教育 □海洋教育 ■品德教育 ■生命教育 □法治教育 □科技教育 □資訊教育 □能源教育 □安全教育 □防災教育 □閱讀素養 □多元文化教育 □生涯規劃教育 ■家庭教育 □原住民教育□戶外教育 □國際教育	
表現任務	實作評量 觀察評量 口語評量				

課程架構脈絡

教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現 校訂或相關領域與參考指引或議題實質內涵	學習內容 (校訂)	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單

第一週至第七週	7	健康守門員	特生 1-sP-23 描述不適症狀，請求協助或表達就醫需求。 特生 1-sP-24 認識身體構造、器官、常見疾病及症狀。	特生 D-sP-1 身體器官與功能的認識。 特生 D-sP-3 常見疾病的預防與處理。	1.能辨識主要身體器官與功能。 2.能說出常見疾病。 3.能說出身體不適	1.觀看身體器官圖卡與影片，認識主要器官的位置與功能。 2.於活動中討論感冒或腸胃炎的症狀，並認識洗手、戴口罩等預防方法。 3.練習利用不適症狀圖卡進行角色扮演，模擬向師長或醫生表達生病需求。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材
第八週至第十四週	7	衣物收納小達人	特生 1-sP-11 分類衣物並收納保管。 特生 1-sA-7 整理及收納個人衣物。	特生 B-sP-3 衣物的清潔與收納。	1.能分辨不同季節與種類的衣物。 2.能獨立完成簡單的衣物摺疊。 3.能將衣物正確分類並收納進櫃。	1.於活動中認識上衣、褲子、外套等不同衣物，並練習依季節分類。 2.觀看摺衣服的示範影片，並實際操作摺疊衣服與褲子。 3.練習將摺好的衣物依照指定位置，整齊收納進個人置物櫃或抽屜中。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材
第十五週至第二十一週	7	快樂迎接青春期	特生 1-sP-27 覺察並接受青春期之身心理變化。	特生 D-sA-1 青春期的身心健康。	1.能說出青春期的第二性徵變化。 2. 能說出青春期常見的情緒與煩惱。 3.能辨識情緒變化並用適當方式抒發。	1.觀看青春期成長影片，認識男生與女生的身體外觀變化。 2.說明賀爾蒙帶來的波動與煩惱。 3. 於活動中認識青春期可能帶來的情緒起伏，並練習深呼吸或運動等流汗紓壓方法。	實作評量 觀察評量 口語評量	自編自選教材

◎教學期程請敘明週次起訖，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎依據「學習表現」之動詞來具體規劃符應「學習活動」之流程，僅需敘明相關學習表現動詞之學習活動即可。

◎彈性學習課程之第 4 類規範(其他類課程)，如無特定「自編自選教材或學習單」，敘明「無」即可。